

保健

単位数	1 単位	対象学年	1 学年	対象コース・クラス	全クラス
使用教科書	現代高等保健体育 大修館書店	副教材等	現代高等保健体育ノート		大修館書店

1. 学習の到達目標

個人及び社会生活における健康・安全についての理解を深めるようにし、生涯を通して自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

2. 到達目標に向けての具体的な取り組み

健康問題や社会の変化とともに、私たちの健康のとらえ方や健康問題への対策のありかたも変化してきました。ここでは、健康の考え方の変化について学ぶとともに、生活習慣病や感染症、さらに薬物乱用、心の問題、交通安全など、現代の健康問題とその対策について学び我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康を保持増進するためには、ヘルスプロモーションの考え方を活用して健康に関する個人の適切な意思決定や行動選択及び健康的な社会環境づくりなどを行うことが重要であることを理解できるようにする。

3. 学習上のメッセージ

- ①保健という科目は、今現在の家庭・学校の生活と密接に関わっていることを学んでいきます。
- ②単に知識を得るためではなく、学んだことを実践していけるように勉強していきましょう。
- ③健康を保持増進するためには、自分自身・自分の身の周り・社会全体と様々な条件が必要となっていきます。個人的な視点だけでなく、全体的な視野を持つことが大切です。

4. 評価の観点・方法（年間の評定）

評価は次の4つの観点から行う。

関心・意欲・態度	健康の保持増進に必要な事柄について関心を持ち、課題を見つけ、意欲的に学習しようとしている。
思考・判断	健康の保持増進に必要な事柄について、課題の設定や、解決の方法を考え、判断できる。
技能・表現	健康の保持増進に必要な基本的技能を習得し、実際の場面で適切な行動がとれるようになる。
知識・理解	健康を保持増進するためには、適切な生活行動を選択し、実践すること及び環境を改善していく努力が必要である事を理解し、健康や安全について、課題解決に役立つ知識を身につけている。

- ①年3回の定期考査
 - ②遅刻・忘れ物の状況
 - ③授業中の発言や対話等の観察
 - ④保健ノートの活用
 - ⑤出席状況やノート提出などの態度や意欲
 - ⑥広島桜が丘高校の生徒としての規則に則った服装で取り組むこと。
- 1年間の評点は、年間を通じて、総合的に評価する。

5. 学習内容と評価について

単元名	使用教科書項目	指導内容と評価のポイント
現代社会と健康	私たちの健康のすがた	生活習慣病は増えてきたことやその背景、新たな健康問題として、心の健康問題、高齢化が社会に与える影響、また、若者における不慮の事故についても学んで行く。
	健康のとらえ方	WHOの健康の定義をはじめ、健康についての基本的ないくつかの考え方、とらえ方を学ぶ。
	健康と意志決定・行動選択	知識や価値観、心理状況などの個人的な要因と、人間関係やマスメディアなどの社会的要因が影響を及ぼしていることを理解できるようにする。
	健康に関する環境づくり	個人の努力だけでは、健康を維持できない場合がある。個人の適切な行動を支援するような社会環境づくりをおこなう必要がある。
1 学期 中間試験		
現代社会と健康	生活習慣病とその予防	現在の日本人のおもな死因は、がん、心臓病、脳卒中である。病気には日頃の生活習慣が深く関与している。発病を未然に防ぐことや早期発見・早期治療の重要性を理解させる。
	食事と健康	発育期にある生徒にとって、個々の食事内容や日々の食生活、将来の健康づくりの土台であるため重要になる。
	運動と健康	健康からみた運動の意義を学び、健康のための運動、そして将来にわたり運動を継続していくためには何が必要かを理解させていく。
	休養・睡眠と健康	生活の夜型化は、私たちの睡眠にも悪影響を与えている。これらのことを意識した上で、よりよい休養・睡眠のあり方について理解する。
1 学期 期末試験		
現代社会と健康	喫煙と健康	科学的知識はもとより、たばこのない社会の実現には個人および社会全体での取り組みが重要であることを理解する。
	飲酒と健康	飲酒による健康問題を防止するためには、個人および社会環境への対策があることを理解し、具体的対策に気づくようにする。
	薬物乱用と健康	薬物乱用防止のためには、個人への対策と社会環境への対策が必要であることを理解する。最終的には、個人として絶対に行ってはならず、社会としても許してはならないことを理解する。
	現代の感染症	エイズなどの新興感染症や結核などの再興感染症の発生や流行がみられること、それらの感性症の流行の背景には自然環境や社会環境の変化がかかわっていることを理解できるようにする。
2 学期 中間試験		
現代社会と健康	感染症の予防	感染症の予防の原則は、感染源対策、感染経路対策および感受性者対策であり、それらには社会全体でおこなう部分と個人でおこなう部分とがあることを理解できるようにする。
	性感染症・エイズとその予防	性行為によって感染する病気を「性感染症」といい、「エイズ」もその1つである。性感染症およびエイズについての基本的知識を学び、それらの予防対策を個人および社会の両面から理解する。
	欲求と適応規制	成長にともない欲求が多様化することについて理解する。欲求が満たされない場合の心の変化や適応機制的動きを重点的に理解する。
	心身の相関とストレス	ストレスについては、日常的な用語の使い方は区別して、科学的なメカニズムを理解し、心身の相関とストレスは互いに関係していることを知る。
	ストレスの対応	ストレスの意味やその仕組みを理解していることが重要で、それをしっかりふまえた上で、高校生の日常生活に即して考えかつ実践できるようにする。
2 学期 期末試験		
現代社会と健康	心の健康と自己責任	心の健康な状態と自己実現への歩みは、車の両輪のようなものであることを理解し、長い人生の過程をできる限り具体的にイメージして考えることが大切である。
	交通事故の現状と要因	若者では、交通事故が若者の主な死亡要因になっている。要因に関しては、主体要因、環境要因、車両要因がかかわりあって交通事故が起るため、様々な事故に対して要因を当てはめて考え
	交通社会における運転者の資質と責任	資質には適切な行動をとる能力はもちろん、生命を尊重する態度が重要である。さらに、運転者は安全に運転をおこなう責任を持たなければならない。
	安全な交通安全づくり	安全のためには1人ひとりが気をつけるだけでなく、人々の安全を支えるような社会や車両の改善も必要であり、将来自分が運転する時にこの授業が生かされるようにする。
	応急手当の意義とその基本	応急手当の効果について説明できるようになるだけでなく、緊急時の積極的な行動が人命救助につながる。
	心肺蘇生法	心肺蘇生法に関心をもち、心肺蘇生法の正しい技術を支える根拠となる原理を理解させる。
	日常的な応急手当	応急手当は、小・中学校でも学習しているので、復習をしながら理解を深め、適切な判断と応急手当の方法を身につけさせ、予防に気をつけることを理解させる。
学年末試験		

内 容		4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
		上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下
学習の手引き シラバス説明																									
現代社会と健康	私たちの健康のすがた																								
	健康のとらえ方																								
	健康と意志決定・行動選択																								
	健康に関する環境づくり																								
1 学期中間試験																									
現代社会と健康	生活習慣病とその予防																								
	食事と健康																								
	運動と健康																								
	休養・睡眠と健康																								
1 学期期末試験																									
現代社会と健康	喫煙と健康																								
	飲酒と健康																								
	薬物乱用と健康																								
	現代の感染症																								
2 学期中間試験																									
現代社会と健康	感染症の予防																								
	性感染症・エイズとその予防																								
	欲求と適応規制																								
	心身の相関とストレス																								
	ストレスの対応																								
2 学期期末試験																									
現代社会と健康	心の健康と自己責任																								
	交通事故の現状と要因																								
	交通社会における運転者の資質と責任																								
	安全な交通安全づくり																								
	応急手当の意義とその基本																								
	心肺蘇生法																								
	日常的な応急手当																								
学年末試験																									
凡例																									
		中間試験 期末試験 中間試験 期末試験 学年末試験																							